



X-Plain™ *VIH/SIDA* **Sumario**

Introducción

El SIDA es una enfermedad que amenaza la vida, causada por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana o VIH. El VIH dificulta que el cuerpo combata las infecciones.

No hay cura para el SIDA. Sin embargo, hay nuevos tratamientos que pueden desacelerar su progresión.

Hay cerca de 42 millones de personas en el mundo que tienen VIH o SIDA. En los Estados Unidos, cerca de un millón tiene VIH o SIDA. Más de tres millones de personas mueren cada año por enfermedades relacionadas con el SIDA.



Este programa de educación al paciente trata sobre el VIH y el SIDA. Primero, describe la infección del VIH y cómo ésta se transforma en SIDA. Este programa educativo hace énfasis en los factores de riesgo, el monitoreo y la prevención. También se examinan los síntomas y el tratamiento.

¿Qué es el VIH?

El VIH es el virus que produce el SIDA. Cuando una persona tiene VIH significa que el virus del VIH está en su cuerpo.

Cuando una persona tiene SIDA, quiere decir que el VIH se ha activado, de forma que el cuerpo no puede atacar las infecciones. La persona puede contraer infecciones o tumores que el cuerpo ya no puede combatir.

El VIH entra al cuerpo a través de la sangre, el semen, las secreciones vaginales o la leche materna de una persona infectada.

El cuerpo depende del sistema inmunológico para combatir las infecciones de la misma forma en que depende del sistema digestivo para digerir la comida. El sistema inmunológico también impide que algunos tipos de cáncer invadan el cuerpo. Sin el

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

sistema inmunológico, una persona podría morir a causa de una infección simple tal como un resfriado o una gripe.

Si consideramos el sistema inmunológico como un ejército que combate las infecciones, los glóbulos blancos serían los soldados. Hay linfocitos especiales llamados linfocitos asistentes CD4. Éstos coordinan el ataque del sistema inmunológico contra los organismos extraños.

A medida que el VIH infecta el cuerpo, destruye los linfocitos asistentes CD4, usándolos para hacer copias de sí mismo. Esto hace que el sistema inmunológico no funcione adecuadamente. VIH quiere decir Virus de inmunodeficiencia humana. “Inmuno” se refiere al sistema inmunológico y “deficiencia” significa falta de.

Los linfocitos y el VIH se combaten mutuamente por años. Cada día el cuerpo produce millones de células CD4 y el VIH las usa para producir un número aún mayor de sus copias. En la mayoría de las personas, al final, el VIH gana la batalla. Sin embargo, los nuevos medicamentos pueden dificultar que el VIH gane la batalla.

Después de que una persona se ha contagiado de VIH, el número de células CD4 disminuye. Un conteo normal se ubica entre 600 y 1000 por unidad sanguínea. Cuando el conteo cae por debajo de 200, no hay forma de que el sistema inmunológico del cuerpo pueda funcionar bien.

Después de haber contraído el VIH, ¿Cuándo se puede decir que una persona tiene SIDA? No hay una respuesta contundente, pero los médicos están de acuerdo en que una persona tiene SIDA si tiene el VIH y si ocurren los dos hechos siguientes:

El conteo de linfocitos asistentes CD4 es de 200 o menos.

La persona tiene una infección grave o un cáncer debido a que el sistema inmunológico no pudo combatirlos.

Complicaciones del SIDA

SIDA quiere decir Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. Esto significa una enfermedad causada por un sistema inmunológico débil.

Una vez el VIH se transforma en SIDA, el riesgo de muerte es mucho mayor. Aún así, el riesgo varía mucho de un paciente a otro. Algunos pacientes de SIDA mueren poco tiempo después de haberseles diagnosticado la enfermedad, mientras que otros pacientes viven otros doce años o más. Afortunadamente, los pacientes con SIDA viven más a medida que se descubren nuevos tratamientos.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Sin tratamiento, una persona con SIDA puede morir por una simple infección. Los virus, las bacterias, los hongos y los parásitos pueden causar infecciones.

Las infecciones causadas por bacterias incluyen:

- Tuberculosis (TB)
- Mycobacterium Avium Complex
- Salmonelosis

Las infecciones causadas por virus incluyen:

- Citomegalovirus (CMV)
- Hepatitis viral
- Virus del herpes simple (VHS)
- Papiloma humano
- Leucoencefalopatía multifocal progresiva (LMP)

Las infecciones causadas por hongos incluyen:

- Candidiasis
- Meningitis por Criptococo

Las infecciones causadas por parásitos incluyen:

- Neumonía por Neumocistis carini (NNC)
- Toxoplasmosis
- Criptosporidiosis.

El VIH también hace que el cuerpo esté indefenso contra ciertos tipos de cáncer. Las personas con VIH tienen mayor riesgo de desarrollar cánceres tales como:

- Sarcoma de Kaposi
- Cáncer cervical

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

- Linfoma no Hodgkin

Infección

Cualquier persona puede contraer el VIH. Una persona puede transmitirlo a otra a través de la sangre, el semen, las secreciones vaginales o la leche materna.

El VIH no se transmite a través de la saliva, el sudor, el esputo, las lágrimas, el aire o los insectos.

Hay diferentes cantidades de VIH en las diversas secreciones corporales. Las cantidades más altas del VIH están en la sangre.

La forma más común de contraer el VIH es practicar sexo sin protección –actos sexuales sin condón. Si la persona tiene el VIH, el virus está en su sangre y semen o en las secreciones vaginales. El virus puede entrar al cuerpo de otra persona a través de cortaduras pequeñas o laceraciones en la piel o en las paredes de la vagina, el pene, el recto o la boca.

Otra forma común de contraer el VIH es compartir una aguja o jeringa con alguien que tenga VIH.

Infección – Hechos

Entre $\frac{1}{4}$ y $\frac{1}{3}$ de las mujeres embarazadas que no han recibido tratamiento y que tienen el VIH lo transmiten a sus bebés durante el embarazo o el alumbramiento. Sin embargo, si la mujer embarazada portadora del VIH recibe tratamiento durante el embarazo, su bebé tiene hasta $\frac{2}{3}$ menos de posibilidad de contraer el VIH. Si ella recibe tratamiento y da a luz por cesárea, la posibilidad de transmitirlo a su bebé es aún menor.

Si la persona que hace el tatuaje no esteriliza el equipo, la persona que recibe el tatuaje podría contraer el VIH si el equipo está contaminado por el uso anterior en alguien que porta el VIH.

Si una persona con VIH se afeita y se corta, contaminará la cuchilla. Si otra persona usa la misma cuchilla para afeitarse, se podría contagiar del VIH.

El sexo anal es aún más peligroso que el vaginal en la transmisión del VIH. Es probable que el sexo anal produzca desgarres en la cobertura del ano. Esto facilita que el VIH se propague a través del intercambio de sangre y semen.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Un beso con la boca abierta con una persona infectada no es recomendable. Si hay cortaduras o lesiones en la boca, el intercambio de sangre podría pasar el virus a la persona que no está infectada. El intercambio sólo de saliva no es suficiente para transmitir el VIH.

Compartir una piscina no implica un riesgo conocido para contraer el VIH.

El VIH se puede propagar a través del sexo oral. Ya que el semen lleva el VIH, el virus se puede propagar a través del revestimiento de la boca. Existe mayor posibilidad de propagación si la boca presenta cortaduras o lesiones.

Si una persona recibe una transfusión de sangre contaminada, puede contraer el VIH. Sin embargo, a partir de 1985 toda la sangre donada pasa por un proceso de monitoreo para VIH en los Estados Unidos.

En el África sub-Sahariana, se registraron 3 millones de nuevos contagios en 2003 y 2.3 millones de muertes por SIDA. Ésta es el área del mundo más severamente afectada por el SIDA. El SIDA está creciendo también en China, India, Indonesia, Rusia, Europa Oriental y Asia Central. Si usted se practica una transfusión de sangre en el extranjero, sométase a un monitoreo para VIH cuando regrese a los Estados Unidos.



Síntomas

Los síntomas del VIH y del SIDA varían de persona a persona. Esta sección explica los síntomas de acuerdo con las siguientes etapas:

- Cuando una persona se contagia del VIH por primera vez.
- Etapa temprana del VIH
- Etapa tardía del VIH
- Etapa temprana del SIDA

La mayoría de las personas no se da cuenta si se contagia del VIH. Algunas personas que contraen el virus pueden desarrollar una enfermedad breve parecida a la gripe

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

entre 2 y 6 semanas después de haberse contagiado. Sin embargo, ya que los síntomas son parecidos a los del resfriado o los de la gripe, pasan desapercibidos.

Las células CD4 y el VIH libran una batalla inadvertida durante 8 ó 9 años. La mayoría de las personas con VIH no presenta síntomas en las etapas tempranas. Con el tiempo, esta etapa termina con infecciones moderadas o síntomas crónicos tales como:

- Nódulos linfáticos inflamados –con frecuencia una de las primeras señales de una infección de VIH.
- Diarrea
- Pérdida de peso
- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

Durante la etapa tardía del VIH, pueden aparecer síntomas más serios tales como:

- Fatiga persistente e inesperada
- Sudoración nocturna profusa
- Escalofríos o fiebre superior a los 100° por varias semanas.
- Inflamación de los nódulos durante más de tres meses
- Diarrea crónica
- Dolores de cabeza persistentes

El SIDA se desarrolla cuando una persona infectada comienza a presentar infecciones oportunistas, es decir, infecciones que no aparecen usualmente en personas con un sistema inmunológico saludable.

Diagnóstico

Si usted piensa que tiene el VIH, puede someterse fácilmente a una prueba para saber si lo tiene o no.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

La prueba de monitoreo examina los anticuerpos contra el VIH en la sangre. El cuerpo produce anticuerpos contra el VIH con el fin de combatir el virus. Debido a que toma generalmente entre 6 y 12 semanas para que el cuerpo produzca estos anticuerpos, la prueba no puede resultar positiva si se hace antes de 6 semanas después del contagio.

Si la prueba del VIH resulta positiva, se repite. Si la segunda prueba resulta también positiva, hay otra prueba que examina la presencia de proteínas del VIH en la sangre. Si esta prueba resulta positiva, se diagnostica a la persona como portadora del VIH.

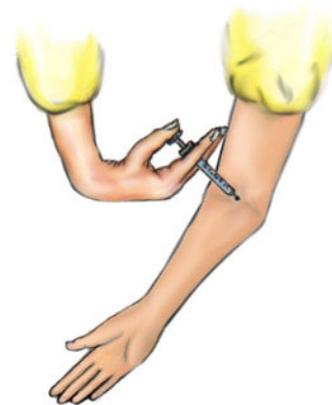
Después de diagnosticar que una persona tiene el VIH, el médico usa una prueba para medir la cantidad de VIH en la sangre. Ésta se denomina carga viral. Entre más alta sea la carga viral, es posible que el SIDA se desarrolle con mayor rapidez. La carga viral determina el tratamiento a seguir.

Si usted se involucra en un comportamiento de alto riesgo, tal como practicar sexo sin protección o compartir agujas para uso de drogas intravenosas, hágase examinar para el VIH cada 3 a 6 meses. Su prueba puede ser confidencial o anónima.

La mayoría de los estados requiere que usted firme un formulario de consentimiento antes de practicarse una prueba de VIH. Esto garantiza que nadie pueda analizar su sangre por VIH sin que usted lo sepa.

Una prueba confidencial significa que si ésta resulta positiva, sus resultados se reportarán al departamento de salud de su estado, pero no se le darán a ninguna otra persona sin su permiso.

Una prueba anónima es cuando su nombre no se registra y nadie, además de usted, puede conocer los resultados de la prueba. No todos los estados tienen pruebas anónimas, pero la mayoría ofrece pruebas confidenciales.



Si usted está embarazada, es posible que quiera someterse a una prueba, incluso si considera que no hay riesgo. Si usted es VIH positivo, el tratamiento con medicamentos antiretrovirales durante el embarazo podría reducir ostensiblemente las posibilidades de que le transmita la infección a su bebé.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Tratamiento

En la actualidad no existe una cura para el SIDA. Sin embargo, hay tratamiento disponible para retrasar su progresión y mejorar la calidad de vida.

El tratamiento para el SIDA se concentra en suprimir el crecimiento del virus y mejorar la calidad de vida del paciente. Se denomina Terapia Antiretroviral Altamente Activa, o TAAA. Ésta es generalmente una combinación de 3 o más medicamentos.

El tratamiento para el SIDA se basa en los niveles de VIH en la sangre, denominados carga viral. Las cargas virales se examinan al comienzo del tratamiento y luego cada 3 ó 4 meses durante el tratamiento. En algunos casos, las cargas virales se examinan con más frecuencia.

Los medicamentos usados en el tratamiento incluyen drogas antiretrovirales e inhibidores de fusión. Las drogas antiretrovirales desaceleran el crecimiento y la reproducción del VIH. Los inhibidores de fusión previenen que el virus se reproduzca, evitando que su membrana se fusione con la membrana de los linfocitos CD4.

Prevención

No existe una vacuna para prevenir el contagio del VIH, ni una cura para el SIDA. Sin embargo, es posible protegerse a usted mismo y a otros del contagio, tomando 4 medidas sencillas.

Medida #1

No comparta agujas ni jeringas.

Independientemente de su uso –inyectar drogas, esteroides, vitaminas, para hacer tatuajes o poner aretes en el cuerpo- no se deben compartir. Así mismo, no comparta equipo usado para preparar drogas para inyección.

Medida #2

No practique sexo sin protección.

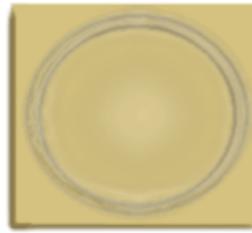
Una forma segura de evitar contagiarse de enfermedades de transmisión sexual (ETS), es estar en una relación monógama a largo plazo con un compañero saludable. Las personas cuyo comportamiento sexual aumenta su riesgo de contraer ETS, pueden reducir ese riesgo usando correctamente un condón de látex para hombres. Recuerde: ninguna forma de protección funciona el 100% del tiempo.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Medida #3

No comparta cuchillas de afeitar ni cepillos de dientes.

Compartir cualquiera de estos genera la posibilidad de entrar en contacto con sangre.



Medida #4

Evite el contacto con la sangre de otras personas.

Si usted está embarazada o piensa que puede estarlo, consulte a un médico o a su departamento de salud local para hacerse una prueba de VIH. Si usted tiene el VIH, hay tratamientos disponibles para ayudarle y para reducir la posibilidad de transmitirlo a su bebé.



Conclusión

El SIDA es una enfermedad que amenaza la vida, causada por el Virus de Inmunodeficiencia Humana, o VIH. El VIH dificulta que el cuerpo combata las infecciones.

Cualquier persona puede contagiarse de VIH. El VIH se transmite de una persona infectada a otra a través de la sangre, el semen, las secreciones vaginales y la leche materna. El VIH no se transmite a través de la saliva, el sudor, el esputo, las lágrimas, el aire o los insectos.

Las formas más comunes de contagio del VIH son a través de prácticas sexuales sin protección y por compartir agujas o jeringas.



Puede tomar hasta 9 años después de haberse infectado de VIH antes de que aparezcan los síntomas. No existe una cura para el SIDA. Sin embargo, hay nuevos tratamientos que pueden retrasar la progresión de la enfermedad y mejorar la calidad de vida del paciente.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.